



MGOPS.0320.37.2023.MŻ

Ustrzyki Dolne, dn. 07.02.2023 r.

**OŚRODEK WSPARCIA
DZIENNY DOM „SENIOR+”
W USTRZYKACH DOLNYCH**

ul. 29 listopada 22

Sprawozdanie z działalności
za 2022 rok



USTRZYKI DOLNE



Miejsko-Gminny
Ośrodek Pomocy Społecznej
w Ustrzykach Dolnych

Uchwałą Nr XVII/228/19 Rady Miejskiej w Ustrzykach Dolnych z dnia 2 grudnia 2019 r. została utworzona jednostka organizacyjna ośrodek wsparcia – Dzienny Dom „Senior+” w Ustrzykach Dolnych, działająca w strukturach Miejsko Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Ustrzykach Dolnych.

Dzienny Dom „Senior+” w Ustrzykach Dolnych z siedzibą przy ul. 29 Listopada 22 rozpoczął swoją działalność od 31 stycznia 2020 r. uczęszcza do niego 15 mieszkańców Gminy Ustrzyki Dolne nieaktywnych zawodowo w wieku 60+, zarówno kobiet jak i mężczyzn. Zasady odpłatności za pobyt w placówce ustalane są indywidualnie w drodze decyzji wydanej zgodnie z [Uchwałą Nr XVII/23/19 Rady Miejskiej w Ustrzykach Dolnych z dnia 2 grudnia 2019 r.](#) w sprawie ustalania szczegółowych zasad ponoszenia odpłatności za pobyt w ośrodku wsparcia - Dziennym Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych.

Działalność ośrodka finansowana była ze środków własnych gminy oraz z dotacji pozyskanej w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2015-2020. Od 2021 r. działalność ośrodka wsparcia Dziennego Domu „Senior+” finansowana jest ze środków własnych gminy oraz z dotacji pozyskanej w ramach Programu „Senior+” na lata 2021-2025, Edycja 2021/2022 - Moduł II – „Zapewnienie funkcjonowania już istniejących placówek”.

Dzienny Dom „Senior +” zapewnia 8 godziną ofertę usług w dniach od poniedziałku do piątku, dostosowaną do potrzeb i możliwości uczestników grupy wynikających z wieku i stanu zdrowia. Infrastruktura ośrodka pozwala na aktywne spędzenie czasu wolnego, a także nawiązaniu więzi towarzyskich i przyjaźni. Zakres świadczonych usług przez Dzienny Dom „Senior+” obejmuje w szczególności: usługi socjalne, poradnictwo specjalistyczne, aktywizację fizyczną i umysłową, zajęcia edukacyjne, kulturalno- oświatowe, rekreacyjne, prozdrowotne, terapie zajęciową, aktywizujące społecznie w tym spotkania międzypokoleniowe. W placówce jest także możliwość skorzystania z urządzeń do utrzymania higieny osobistej tj. łazienka z prysznicem, odpowiednio wyposażona pralnia, żelazko z miejscem do prasowania.

Zadanie współfinansowane ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Wieloletniego „Senior+” na lata 2021 - 2025.

Działania zrealizowane w ośrodku wsparcia Dzienny Dom „Senior +”:

1. Socjalne:

Seniorzy domu korzystają z następujących usług socjalnych:

- Uczestnicy Dziennego Domu „Senior +” mają zapewniony jeden ciepły posiłek, dostarczony przez firmę cateringową do placówki każdego dnia.
- Seniorom udzielana jest pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, tj. wypełnianie dokumentacji urzędowej, pomoc w wypełnianiu druków opłat. Uczestnikom domu udzielana jest pomoc przy formalnościach związanych z korzystaniem z programów pomocowych dedykowanych osobom starszym i niepełnosprawnym, np. Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Ogólnopolskiej Karty Seniora, Karty Dużej Rodziny, pomoc przy formalnościach związanych z uzyskaniem Legitymacji Osoby Niepełnosprawnej. Pracownicy domu utrzymują stały kontakt z lekarzem pierwszego kontaktu w celu wypisania recept dla Seniorów a także w organizacji wizyt lekarskich.
- W Dziennym Domu „Senior+” świadczone są usługi o charakterze bytowym, w tym pranie i prasowanie odzieży.
- Seniorzy mają możliwość korzystania z komputera wraz z dostępem do Internetu, a także pomoc w napotkanych trudnościach przy korzystaniu z urządzenia.
- Budowanie poczucia bezpieczeństwa, opieki i przynależności do grupy.
- Zapewnienie miejsca odpoczynku.
- Miłe słowo dla Seniora – rozmowy towarzyszące – wspierające. Pracownicy domu w miłej i przyjaznej atmosferze, prowadzą indywidualne rozmowy z Seniorami. Indywidualne rozmowy to ważna forma pomocy w naszej placówce. Prowadzone rozmowy mają na celu wysłuchanie i zainteresowanie się problemami podopiecznego. Ważne jest aby osoba starsza nabrała pewności że może na nas liczyć.

2. Poradnictwo specjalistyczne:

- Seniorzy objęci są specjalistyczną opieką medyczną. Spotkania edukacyjno – profilaktyczne z pielęgniarką realizowane są w Dziennym Domu „Senior+”. Uczestnicy domu korzystają z usług indywidualnie, zgodnie z potrzebami.
- Dbając o profilaktykę zdrowotną Seniorów, podopieczni domu mają zapewnioną konsultacje dietetyczną w zakresie zdrowia i promocji zdrowego stylu życia. Spotkania edukacyjno – profilaktyczne odbywają się w formie prelekcji a także indywidualnych spotkań dietetycznych. Spotkania prowadzi specjalista dietetyk.
- W Domu Seniora realizowana jest pomoc psychologiczna dla Seniorów. Spotkania prowadzone są z myślą o zrównoważonym rozwoju umiejętności interpersonalnych Seniorów. Spotkania realizowane są grupowo a także indywidualnie.

3. Aktywizację fizyczną

Utrzymywanie regularnej aktywności fizycznej przez osoby starsze jest jednym z najważniejszych czynników łagodzących wpływ wieku i umożliwiających pomyślne starzenie się pozwalające na podtrzymanie zdrowia i sprawności w życiu codziennym, a także zapobieganiem lub opóźnieniem licznych schorzeń. W tym celu w Domu Seniora prowadzone są następujące działania:

- Uczestnicy Dziennego Domu „Senior+” mają zapewnioną specjalistyczną opiekę fizjoterapeutyczną. Zajęcia z zakresu aktywności ruchowej prowadzone są grupowo a także indywidualnie. Podczas spotkań indywidualnych zajęcia realizowane są zgodnie z odpowiednio opracowanym planem pracy dla każdego uczestnika. Gimnastyka ogólnousprawniająca prowadzona jest z wykorzystaniem takich przyrządów jak: piłki, taśmy gimnastyczne, hantle, rower stacjonarny, siłowniki i inne stanowiące wyposażenie sali rehabilitacyjnej.
- Podopieczni Domu Seniora biorą udział w pieszych wycieczkach, spacerach, a także korzystają z plenerowych siłowni. Piesze wycieczki i napawanie się

pięknem naturalnego krajobrazu ma niezwykle regenerujący wpływ na funkcjonowanie ludzkiego organizmu, a w szczególności na procesy myślowe.

4. Zajęcia edukacyjne

W ramach zajęć edukacyjnych w Dziennym Domu „Senior +” prowadzone są różnego rodzaju pogadanki, wykłady, prelekcje oraz warsztaty.

- W celu przypomnienia i utrwalenia wiadomości, uczestnicy Dziennego Domu „Senior+” wzięli udział w szkoleniu w zakresie udzielania Pierwszej Pomocy Przedmedycznej. Szkolenie zostało przeprowadzone przez instruktora w zakresie udzielania Pierwszej Pomocy Przedmedycznej. Seniorzy przypomnieli sobie zasady udzielania Pierwszej Pomocy Przedmedycznej. Omówiono szczegółowo najczęstsze zdarzenia ratowania życia i zdrowia drugiego człowieka, związane z udarem, zawałem, zakrztuszeniem i zatrzymaniem krążenia. Uczestnicy aktywnie uczestniczyli w części praktycznej wykładu z wykorzystaniem fantomu.
- **ŚWIADOMY SENIOR – BEZPIECZNY SENIOR**
Z uwagi na panujące zagrożenia ze strony oszustów działających różnymi metodami oraz zmieniających się sposobów wyłudzenia pieniędzy, w Dziennym Domu „Senior+” odbyło się kolejne spotkanie edukacyjno – profilaktyczne z funkcjonariuszami Komendy Powiatowej Policji w Ustrzykach Dolnych. Celem spotkania było uświadomienie osobom starszym, jakimi metodami posługują się przestępcy i jak ustrzec się przed oszustwem i kradzieżą. Na podstawie przykładów podanych przez funkcjonariuszy, Seniorzy dowiedzieli się jak nie stać się ofiarą oszustów.
- **CZAD I OGIEŃ – OBUDŹ W SOBIE CZUJNOŚĆ**
W Polsce corocznie powstaje ponad 150 000 pożarów, co piąty powstaje w naszym mieszkaniu, tam gdzie czujemy się najbezpieczniej i dość często zapominamy o potencjalnych zagrożeniach, dlatego w ramach profilaktyki w Dziennym Domu „Senior+” odbyło się kolejne spotkanie edukacyjno –

profilaktyczne z funkcjonariuszami Państwowej Straży Pożarnej w Ustrzykach Dolnych. Celem spotkania było przypomnienie i uświadomienie Seniorom z jakimi zagrożeniami w okresie grzewczym mogą się spotkać. Spotkanie przebiegło w formie wykładu.

- Uczestnicy Dziennego Domu „Senior+” wzięli udział w prelekcji poprowadzonej przez Panią Natalię, przewodnikiem turystycznym Bieszczadzkiego Centrum Turystyki i Promocji w Ustrzykach Dolnych na której dowiedzieli się o ciekawych miejscach w Bieszczadach. Po prezentacji multimedialnej, uczestnicy domu zagraли w grę planszową, Bieszczadzki Mistrz. Zaprezentowana gra jest ciekawą propozycją dla Seniorów zainteresowanych tematyką bieszczadzką. Spotkanie edukacyjne odbyło się w Dziennym Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych.
- Podopieczni Domu Seniora wzięli udział w nowym projekcie skierowanym do Seniorów „Sieć Pokoleń – Bezpieczny Senior Online” realizowanym przez fundację TV PULS „Pod Dębem. W ramach tej inicjatywy nasza placówka otrzymała sprzęt komputerowy. Dla Seniorów przygotowano cykl spotkań z psychologiem, które odbywały się online.
- W ramach zajęć edukacyjnych Seniorzy uczestniczą w różnego rodzaju warsztatach usprawniających pamięć, uwagę, koncentrację, przygotowanych w formie gier i zabaw. Podczas warsztatów Seniorzy rozwiązują zadania logiczne, łamigłówki oraz krzyżówki. Zaproponowane zajęcia mają na celu wspieranie procesów poznawczych. Prowadzone warsztaty są kluczowym elementem pracy z Seniorami, gdyż wpływają na poprawę funkcjonowania Seniora w każdym aspekcie życia.
- „Z Cukrzycą na Ty” – spotkanie – z dr hab. inż. Arturem Rydoszem. W Dziennym Domu „Senior+” miało miejsce spotkanie edukacyjno – profilaktyczne, podczas którego uczestnicy domu otrzymali kompleksową wiedzę na temat cukrzycy, różnorodnych typologii choroby, aktualnych metod diagnostycznych a także nowoczesnych narzędzi wspomagających utrzymanie glikemii w normie.

W trakcie spotkania zostały wykonane badania poziomu cukru oraz poziomu cholesterolu oraz trójglicerydów.

- KOMUNIKACJA Z INNYMI – pomoc w obsłudze nowego urządzenia w tym komunikatorów.
- Seniorzy wzięli udział w seminarium szkoleniowym CEDUR pt. „Cyberoszuści atakują – jak nie dać się okraść w Internecie”. Celem szkolenia było zwiększanie świadomości w zakresie cyberbezpieczeństwa w kontekście zagrożeń występujących w Internecie zwłaszcza oszustw na urządzeniach mobilnych. Szkolenie zorganizowano w ramach projektu „CEDUR” przez Urząd Komisji Nadzoru Finansowego we współpracy z Komendą Główną Policji.

5. Kulturalno – oświatowe

Seniorzy z Dziennego Domu „Senior +” w Ustrzykach Dolnych, aktywnie uczestniczą w życiu kulturalno – oświatowym. Bardzo ważną rolę w kształtowaniu dobrego samopoczucia Seniorów ma aktywność społeczna. Uczestnicy Domu Seniora biorą udział w szeroko rozumianej kulturze.

- Opiekunowie oraz Seniorzy z ośrodka wsparcia Dzienny Dom „Senior+” wzięli udział w projekcie „Zjazd miast partnerskich w gminie Ustrzyki Dolne” które odbyło się 29 sierpnia 2022 roku. W ramach tego wydarzenia pracownicy domu wraz z Seniorami, zaprezentowali szeroką ofertę jaka realizowana jest w Dziennym Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych. Oferta skierowana była do osób chętnych, biorących udział w tym wydarzeniu. Skorzystać można było z następujących ofert: warsztaty kulinarne „KUCHNIA U SENIORA”, szkolenie w zakresie udzielenia Pierwszej Pomocy Przedmedycznej, Gawędy o historii Bieszczadów i Ziemi Ustrzyckiej, warsztaty rękodzielnicze „POKOLENIA RAZEM”, spotkanie z Bieszczadzką Położną – profilaktyka raka piersi, „Z cukrzycą na Ty” spotkanie edukacyjno – profilaktyczne z dr hab. inż. Arturem Rydoszem. Wydarzenia miały miejsce w różnych punktach tj. Biblioteka, Dzienny

Dom „Senior+”, rynek. Spotkania prowadzone były przez osoby specjalizujące się w poszczególnych dziedzinach.

- **LITERACKI PIATEK.** Cykl spotkań z poezją. W każdy piątek Seniorzy czytają wybraną przez siebie literaturę oraz deklamują wiersze wybranych polskich poetów. Literatura odczytywana jest w sposób performatywny. W czytaniu performatywnym oprócz przekazu treści ważne jest również przekazanie emocji, samego czytania nie ma tak dużo, jest za to wiele interpretacji ciałem i gestem. Spotkania mają charakter edukacyjny, wspierający pamięć, uwagę i koncentrację.
- Uczestnicy domu biorą czynny udział w wydarzeniach okolicznościowych takich jak: Dzień Babci i Dziadka, Walentynki, Tłusty Czwartek, Ostatki, Dzień Kobiet, Śniadanie Wielkanocne, Święto Niepodległości 11 listopada, Wigilia.
- W ramach zajęć kulturalno – oświatowych Seniorzy z Dziennego Domu „Senior+” wzięli udział w spotkaniu edukacyjnym, zorganizowanym w Ustrzyckim Domu Kultury. Spotkanie poprowadził znany polski historyk, doktor habilitowany, specjalizujący się w historii wojskowości i problematyce lotniczej – prof. Andrzej Olejko. Prof. Andrzej Olejko poprowadził wykład pt. „Zapomniana legenda Żwirki i Wigury”. Dwóch legendarnych lotników polskiego znanego duetu, którzy tworzyli prof. Franciszek Żwirko i inż. Stanisław Wigura.
- Podopieczni Domu Seniora uczestniczyli w **FESTIWALU PIEŚNI I PIOSENKI PATRIOTYCZNEJ**, zorganizowanym przez Ustrzycki Dom Kultury w gminie Ustrzyki Dolne. Uczestnicy domu mieli okazję posłuchać pięknych utworów zaprezentowanych przez młodych artystów. W repertuarze pojawiły się utwory z różnych okresów historycznych. W niepowtarzalnej atmosferze Seniorzy wysłuchali wzruszającego koncertu, który był także niezwykłą lekcją historii.
- Podopieczni Domu Seniora uczestniczyli w cyklicznych spotkaniach organizowanych w Powiatowej i Miejskiej Bibliotece Publicznej w Ustrzykach Dolnych. W trakcie spotkań podopieczni mogli pooglądać projekcję ciekawych filmów, wysłuchać interesujących książek, których treść przekazywana była

w formie audiobooka. W trakcie spotkań czytane były także wiersze Wisławy Szymborskiej.

- W związku z ogłoszeniem przez Sejm i Senat Rzeczypospolitej Polskiej rok 2022, rokiem romantyzmu Polskiego, w Miejskiej i Powiatowej Bibliotece Publicznej w Ustrzykach Dolnych odbył się koncert gitarowy Kuby Michalskiego poświęcony twórczości Adama Mickiewicza BALLADY I ROMANSE w których Seniorzy wzięli udział.

6. Sportowo – rekreacyjne

Zajęcia sportowo rekreacyjne są najbardziej lubianą formą spędzania czasu wolnego przez uczestników Dziennego Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych. Do nich należą m.in. wycieczki o charakterze krajoznawczo- edukacyjnym.

- Uczestnicy domu wzięli udział w wycieczce wyjazdowej do Skansenu Archeologicznego – Karpacka Troja w Trzcinity. Seniorzy w towarzystwie przewodnika zwiedzili niezwykle interesujący Skansen Archeologiczny.
- Ognisko integracyjne z Klubem Seniora „Złota Jesień” w Lutowiskach. Już po raz drugi Seniorzy zasiedli przy symbolicznym ognisku. Spotkanie integracyjne odbyło się w gminie Lutowiska.
- Ognisko integracyjne Seniorów z Dziennego Domu „Senior +” z Seniorami z Akademii Bieszczadzkiego Seniora. Ognisko odbyło się na Holicy w Ustianowej Górnej.

7. Aktywizujące społecznie (w tym spotkania międzypokoleniowe).

W ramach zajęć aktywizujących społecznie w Dziennym Domu „Senior+” miały miejsce spotkania międzypokoleniowe a także spotkania z Seniorami z innej placówki.

- Z okazji Dnia Dziecka, Seniorzy z Dziennego Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych, spotkali się z dziećmi ze Żłobka Miejskiego w Ustrzykach Dolnych, którym ofiarowali własnoręcznie zrobione prezenty.

- Kolejnym spotkaniem międzypokoleniowym, była integracja Seniorów z uczniami klas pierwszych, Szkoły Podstawowej nr 1 im. Mikołaja Kopernika w Ustrzykach Dolnych. Seniorzy ofiarowali dzieciom własnoręcznie wykonane upominki.
- Świątowanie Światowego Dnia Seniora, a także Dnia Niepodległości z dziećmi ze Żłobka Miejskiego w Ustrzykach Dolnych.
- Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1. im Mikołaj Kopernika w Ustrzykach Dolnych zaprosili podopiecznych Domu Seniora na spotkanie „Dzień z nowoczesną technologią”. Tematem spotkania była prezentacja i warsztaty stanowisk technologicznych, informatycznych i robotycznych.
- Podopieczni Domu Seniora wzięli udział w kulinarnych warsztatach międzypokoleniowych. Warsztaty międzypokoleniowe odbyły się z młodzieżą z Bieszczadzkiego Zespołu Szkół Zawodowych w Ustrzykach Dolnych.
- Seniorzy z Dziennego Domu „Senior+” wzięli udział w uroczystym otwarciu Ogródu Sensorycznego w Ustrzykach Dolnych. Nowo powstały ogród stał się dla Seniorów miejscem terapii polisensorycznej, gdzie za pomocą wszystkich zmysłów mogą badać świat roślin.
- Spotkanie integracyjne z Seniorami z Dziennego Domu „Senior+” z Zarszyna. W Dziennym Domu „Senior+” odbyło się spotkanie z Seniorami z Zarszyna. Celem spotkanie była integracja, wymiana doświadczeń oraz wspólne warsztaty artystyczne. Spotkanie zakończyło się degustacją potraw bieszczadzkich.
- Podopieczni Domu Seniora, mieli okazję gościć w swoim domu uzdolnioną młodzież z Samorządowej Szkoły Muzycznej w Ustrzykach Dolnych. Koncert w Domu Seniora odbył się z okazji Światowego Dnia Seniora.
- W Dziennym Domu „Senior+” odbyła się zabawa Andrzejkowa z zaprzyjaźnionymi Seniorami z Klubu Seniora „Złota Jesień” w Lutowiskach.
- WYSTAWA PRAC – podsumowaniem działań rękodzielniczych.
W witrynie Bieszczadzkiego Centrum Turystyki i Promocji w Ustrzykach Dolnych, zagościła wystawa prac seniorów z Dziennego Domu „Senior+”

w Ustrzykach Dolnych. Ekspozycja prac ma charakter promocyjny dla uczestników domu seniora a także mobilizująca i aktywizująca do kolejnych działań w zakresie rękodzieła.

8. Terapię zajęciową

W Dziennym Domu „Senior+” terapia zajęciowa cieszy się dużym zainteresowaniem wśród Seniorów. Ma ona pozytywny wpływ na rozwój podopiecznego, bez wątpienia stanowi ona ważny element szeroko pojmowanej organizacji ochrony zdrowia.

- Uczestnicy Dziennego Domu „Senior+” mają możliwość brać udział w zajęciach stolarstwa i majsterkowania. Podczas warsztatów Seniorzy tworzą prace z kamieni oraz drewna. Tworzone są różne budowle, domki, kamienice. Podopieczni przygotowują materiały drewniane, tj. sklejka, deski, jako baza do dalszej pracy Seniorów.
- W Dziennym Domu „Senior+” organizowane są tematyczne warsztaty krawieckie. tj. „Retro na nowo”, „Wyciąg z szafy babci i przerób na nowo”, „Nowe życie ubrań, powrót do przeszłości”.
- Malowanie po numerach. Malowanie po numerach to świetny sposób na złagodzenie stresu. Aktywność twórcza i artystyczna realizowana w Domu Seniora nastraja mózg na inne częstotliwości, a tym samym odrywa od codziennego życia pełnego stresu. Malowanie po numerach to także rehabilitacja dłoni i ramion. Trzymając pędzel i manipulując nim podczas malowania, wspieramy zdolności motoryczne ręki.
- Wszywanie obrazów metodą koralikową. Metoda ta usprawnia koordynację ruchową i poprawia koncentrację, jest niezwykle czasochłonna oraz wymaga precyzji. Uczestnicy wyszywają m. in. ikony, krajobrazy i inne.
- Wyklejanie obrazów metodą diamentową. Haft diamentowy czy mozaika diamentowa to nowy, wciągający kierunek w rękodziele artystycznym. Uczestnicy domu wypełniają pokryty klejem szablon malutkimi diamencikami.

Nowo poznana technika jest bardzo czasochłonna, wymaga precyzji, uwagi i skupienia.

- „Dziergam bo lubię”. Seniorzy z Dziennego Domu „Senior+” mają możliwość podnoszenia swoich zdolności manualnych, poprzez tworzenie biżuterii, szydełkowanie czy haftowanie.
- W Dziennym Domu „Senior+” w każdy piątek organizowane są literackie piątki. Uczestnicy domu czytają wiersze wybitnych polskich poetów, tj. Wisławy Szymborskiej, Czesława Miłosza, Adama Mickiewicza, Zbigniewa Herberta. Czytana jest także literatura o tematyce wojennej. Spotkania mają charakter edukacyjny, wspierający pamięć i koncentrację seniorów.
- Seniorzy uczestniczą w różnego rodzaju warsztatach, tj. Florystycznych – w których mają możliwość zapoznania się z różnymi technikami układania kompozycji kwiatowych, tj. ikebany. W warsztatach bibułkarskich – podczas których tworzą piękne kwiaty. W warsztatach poligrafii – gdzie swoje zdolności rozwijają wypalając na drewnie. W Domu Seniora podopieczni zaprojektowali oryginalne dekoracje ścienne pt. „Ogród zamknięty w obrazie”. Są to obrazy w których wkomponowane są rośliny sztuczne, mech chrobotek oraz różne dodatki florystyczne a także naturalne dostępne w przyrodzie. Organizowane są także warsztaty kulinarne pt. „ Kuchnia u Seniora” podczas których Seniorzy prezentują swoje umiejętności kulinarne. W Domu Seniora odbyły się tematyczne warsztaty Bożonarodzeniowe oraz Wielkanocne, podczas których podopieczni wykonali piękne świąteczne stroiki oraz kartki okolicznościowe.
- W Domu Seniora realizowane są także warsztaty tworzenia makramy i łapaczy snów. Seniorzy z wielkim zapałem projektują piękne łapacze snów, które następnie robią za pomocą szydełka i włóczki. Każdy łapacz jest piękny i niepowtarzalny, prace Seniorów tworzą dekorację ścienną w Domu Seniora.
- Podopieczni Domu Seniora biorą udział w polisensorycznych warsztatach organizowanych w nowo powstałym Ogrodzie Sensorycznym. Podstawowym celem terapii polisensorycznej jest stymulowanie percepcji płynącej ze wszystkich

kanałów zmysłowych: wzrokowego, słuchowego, węchowego, dotykowego, makowego. Podopieczni mają możliwość badać świat roślin na poziomie wielozmysłowym.

- Uczestnicy Dziennego Domu „Senior+” uczestniczyli w warsztatach – hortiterapii. Hortiterapia to rodzaj rehabilitacji, która wykorzystuje kontakt z zielenią w celach polepszenia samopoczucia. Podczas warsztatów każdy uczestnik mógł wybrać dowolną roślinę, którą następnie własnoręcznie zasadził. Posadzone kwiaty zostały wyeksponowane w kąciku zieleni. Kącik zieleni znajdujący się w Dziennym Domu „Senior+” jest dla Seniorów miejscem relaksu i odpoczynku. Podopieczni mogą tam odpoczywać, zarówno w sposób bierny jak i czynny poprzez pielęgnację roślin. Przebywanie w otoczeniu roślinności i aktywność w zakresie jej pielęgnacji przynosi widoczne efekty w poprawie sprawności fizycznej, umysłowej jak i emocjonalnej, czym przyczynia się do polepszenia jakości życia.

W Dziennym Domu „Senior+” w Ustrzykach Dolnych zaplanowane działania zostały zrealizowane w całości. Wszystkie działania prowadzone w jednostce ukierunkowane są na utrzymanie Seniorów w dobrej sprawności psychofizycznej i zaspokojenie potrzeb ludzi starszych. Wśród Seniorów szczególnie dużym zainteresowaniem cieszą się usługi kulturalno – oświatowe i sportowo – rekreacyjne. Rośnie także zainteresowanie działaniami międzypokoleniowymi. Seniorzy coraz częściej integrują się z dziećmi oraz młodzieżą uczestnicząc we wspólnych warsztatach artystycznych a także kulinarnych. Uczestnictwo w zajęciach sprawia, że wiele starszych osób odzyskuje pewność siebie i staje się bardziej aktywna. Prowadzone zajęcia intelektualne powodują poprawę kondycji umysłowej. Wspólne uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych i rekreacyjnych, wyjazdy integracyjnych, a także uczestnictwo w różnego typu warsztatach, wpływa bardzo korzystnie na poczucie przynależności do grupy, a co za tym idzie zmniejsza poczucie osamotnienia i przeciwdziała izolacji.



Sporządziła:
Magdalena Żulińska